

Управление образования администрации г. Оренбурга  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества» г. Оренбурга

СОГЛАСОВАНО  
НМС МАУДО ЦДТ  
г. Оренбурга  
протокол № 127  
от 28.08.2024 г

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУДО ЦДТ  
г. Оренбурга  
В.Н. Каратаева  
29.08.2024г



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
*социально-гуманитарной направленности*

**«Мои чувства и эмоции»**



Возраст обучающихся –8-14 лет

Срок реализации – 1 год

**Автор-составитель:**  
Шамсиева Виктория Викторовна,  
педагог дополнительного образо-  
вания  
МАУДО ЦДТ г. Оренбурга

г. Оренбург  
2024

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1	<b>КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ</b>	3
1.1	<b>Пояснительная записка</b>	3
	Направленность программы	3
	Актуальность программы	3
	Отличительные особенности программы	4
	Адресат программы	6
	Объём и срок освоения программы	7
	Формы обучения и виды занятий по программе	7
	режим занятий	7
1.2	<b>Цель и задачи программы</b>	7
	Цель	7
	Задачи	8
1.3	<b>Содержание программы</b>	8
1.3.1	Учебный план	8
1.3.2	Учебно-тематический план	15
1.3.3	Содержание учебно-тематического плана	15
1.4	<b>Планируемые результаты</b>	33
1.5	<b>Воспитательный компонент</b>	34
2	<b>КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ</b>	37
2.1	Календарный учебный график	37
2.2	Условия реализации программы	37
2.3	Формы аттестации / контроля	38
2.4	Оценочные материалы	38
2.5	Методические материалы	40
	<b>Список литературы</b>	42
	<b>Приложения</b>	47

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

### *Направленность программы.*

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мои чувства и эмоции» имеет *социально-гуманитарную направленность* и предназначена для организации деятельности творческого объединения обучающихся 8–14-и лет, направлена на развитие эмоционального интеллекта школьников. Обучение по программе способствует развитию наблюдательности, способности рассуждать и размышлять, общаться, самостоятельности, личностной активности школьников.

Программа разработана в соответствии с требованиями к организации и порядку реализации дополнительных общеобразовательных программ, Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ; приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»); положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАУДО ЦДТ г. Оренбурга.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мои чувства и эмоции» является по типу - *модифицированной*, по содержанию – *однопрофильной*, по цели обучения – *развивающей познавательный интерес к себе, к своим эмоциям и эмоциям других людей*, по уровню реализации предназначена для *учащихся 8-14 лет*, по сроку реализации рассчитана на *1 год обучения (стартовый уровень)*.

Учебной базой реализации программы является детский клуб «Эврика» МАУДО ЦДТ г. Оренбурга.

### *Актуальность программы*

**Актуальность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мои чувства и эмоции» определяется ее направленностью на реализацию одной из приоритетных задач государственной политики по привлечению подрастающего поколения и направлена на сохранение психического здоровья детей. Подкрепляет *актуальность* реализации программы ее направленность на развитие познавательных процессов: восприятие, внимание, воображение, память, мышление как компонентов любой человеческой деятельности. Их развитие в школьном возрасте повышают эффектив-

ность личностного совершенствования, определяет успешность обучения детей.

### ***Отличительные особенности***

Новизна представленной программы выражена достижением учащимися личностных и метапредметных результатов через формирование у них социально-эмоциональных навыков как одной из важнейших составляющих успешной личности. Развитие социально-эмоциональных навыков учащихся выступает принципиально новым элементом системы психолого-педагогической работы и качественного изменения современного российского образования. Программа основана на представлении о тесной взаимообусловленности самопознания и познания, выстраивания отношений с социумом, опосредованных механизмами рефлексии и эмоциональной компетентности. При такой интерпретации именно социально-эмоциональные навыки, становятся важнейшими предикторами психологического благополучия и социальной успешности личности.

При составлении программы «Мои чувства и эмоции» были использованы материалы примерных общеобразовательных программ эмоционального развития детей-«Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь» (авт. Крюкова, С. В., Слободяник, Н. П.), практического пособия: «Формирование эмоционально – волевой регуляции у учащихся начальной школы» (автор Н.П. Слободяник) и рабочая программа «Эмоциональный интеллект», разработанная педагогом-психологом Аксеновой Д.В., Санкт-Петербург.

Данные материалы направлены на развитие эмоциональной сферы учащихся и формирование эмоционально-волевой сферы и содержат развивающие задания и упражнения.

В программу «Мои чувства и эмоции» из данных материалов были взяты задания на совершенствование умения распознавать свои эмоции и эмоции других людей, выражать свои эмоции безопасно, умения строить общение между детьми, самопрезентации и уверенности в себе.

Отличительной особенностью программы «Мои чувства и эмоции» от выше названных материалов является то, что она носит разнонаправленный характер и включает в себя разделы: мир эмоций, умение владеть собой, давай дружить, развитие полезных личностных качеств и развитие навыков, помогающих найти выход из трудной ситуации, расширенные занятия по работе со страхом, тревогой с применением техник арт-терапии.

Всё это является актуальным с точки зрения организации развивающей работы со школьниками и развитию их эмоционального интеллекта.

А применение арт-терапевтических методов помогает создать благоприятные условия для гармоничного развития ребенка.

Предлагаемая программа «*Мои чувства и эмоции*» предназначена для работы с 8-14 лет и направлена на сохранение психического здоровья детей через формирование эмоционально – волевой сферы учащихся.

Темы занятий отражают личные проблемы детей данного возраста, поэтому они полезны не только с коррекционной целью, но и для всех детей, как профилактика и предупреждение неблагоприятных процессов, и формирования психологического здоровья.

Занятия составлены по единой схеме работы с детьми по усвоению приемов саморегуляции и формированию необходимых жизненных навыков.

Формирование стрессоустойчивости подразумевает умение ребенка вступать в равноправные партнерские отношения с людьми разного возраста, поэтому мы считаем целесообразным начинать работу с формирования навыков общения.

На занятиях учащиеся получают знания о том, как общаться, упражняются в применении приемлемых способов поведения, овладевают навыками эффективного общения и управлению своими эмоциями и чувствами.

Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверке и групповому тестированию.

Используемые на занятиях диагностические процедуры служат для учащихся инструментом самопознания. Интерпретировать и комментировать полученные данные желательно в целом для всей группы участников или представлять обработку результатов теста для каждого в письменном виде.

Нетрадиционная форма проведения занятий, разнообразие содержания, использование большого количества игр, отсутствие напряженности, связанной с боязнью получить плохую отметку – создает у ребят особый положительный эмоциональный фон и желание выполнять предлагаемые задания. На таких занятиях учащиеся не только имеют возможность сидеть свободно, но и достаточно много двигаться, играя в подвижные игры.

Игры способствуют снятию напряжения и, в то же время, дисциплинируют, организуют ребят благодаря необходимости выполнять правила. Игры можно проводить как в начале занятия, для привлечения внимания ребят, так и в середине и в конце занятия, для закрепления, поднятия интереса к обсуждаемой теме, снятия напряжения. В играх ребята охотнее выполняют то, что кажется им трудным в жизненных ситуациях.

Учащийся еще находится на той переходной ступени, когда внутреннее лучше обретается через внешнее и идет прежде всего через действие. Поэтому занятия по усвоению культуры поведения проводятся, как правило, в форме сюжетно-ролевых игр. Учащиеся с помощью ведущего воспроизводят деятельность взрослых, их взаимоотношения и упражняются совершать действия в соответствии с логикой развертывания событий.

Как правило, после уроков психологического развития ученики более активны на других школьных уроках, внимательнее и успешнее справлялись с учебными заданиями. Косвенным показателем эффективности данных уроков служит повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности учащихся.

### ***Адресат программы***

Занятия в группе предусмотрены для детей в возрасте от 8-14 лет.

Ведущая деятельность в это время – учебная, поэтому все процессы, новообразования развиваются именно в учебной деятельности.

В учебной деятельности осуществляется перевод логических операций на уровень метапредметных умений.

В возрасте 8-10 лет дети начинают осознанно относиться к учению, проявлять активный интерес к познанию. Именно на этом этапе обучения происходит активное усвоение и формирование мыслительных операций, более интенсивно развивается вербальное мышление, т.е. мышление, оперирующее понятиями. Новые возможности мышления становятся основанием для дальнейшего развития других познавательных процессов: восприятия, внимания, памяти

Интенсивно развивается способность к сотрудничеству в играх и учебе. Дети учатся договариваться, уступать друг другу, распределять задания без помощи взрослых.

Учащийся пытается найти собственную уникальность, познать собственное «Я». По этой же причине подросток ориентирован на установление доверительных отношений со сверстниками.

В виду психологической ценности отношений со сверстниками происходит постепенная замена ведущей учебной деятельности на ведущую деятельность общения. Таким образом, у подростка постепенно меняются приоритеты.

У подростка 11-14 лет происходит переход от формально-логического мышления к теоретическому, могут выдвигать гипотезы. Успех (или неуспех) существенно влияет на мотивацию учения. Оценки при этом играют важную роль: высокая оценка дает возможность подтвердить свои способности. Совпадение оценки и самооценки важно для эмоционального благополучия подростка. В противном случае неизбежен внутренний дискомфорт и даже конфликт. Учитывая физиологические особенности возраста (расхождение темпов роста и развития различных функциональных систем организма) можно понять и крайнюю эмоциональную нестабильность подростков. Специфика развития эмоциональной и мотивационной сфер личности младшего школьника требует особой организации образовательной деятельности, а именно, смену деятельности и форм работы.

### ***Объем и срок освоения программы***

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мои чувства и эмоции» рассчитана на **1 год** обучения.

Программа реализуется в аудиторном режиме в течение 36 недель. Общий объем программы в аудиторном режиме составляет **144 часа**.

Для обучения по программе принимаются все желающие.

Количество учащихся в группе – **12 человек**.

## **Формы обучения и виды занятий по программе**

Групповые занятия являются ведущей **формой организации обучения**. Групповые занятия организуются как в традиционной, так и в нетрадиционной форме. Программой предусмотрены занятие-игра, конкурс Знатоков, квест, викторина, познавательные и игровые программы. По виду традиционные занятия представлены комбинированными занятиями, занятиями - изучения нового материала, занятиями -закреплениями изученного.

Выполнение целей и задач программ осуществляется через разнообразные **формы организации обучения**:

**Фронтальная** – организация работы со всеми детьми одновременно.

**Групповая** - организация работы с подгруппой детей, деятельность которых объединяется общей целью. В процессе совместной деятельности они обретают навыки работы в коллективе.

**Индивидуальная форма работы** присутствует в ситуациях оказания помощи учащемуся в случае его затруднения при выполнении заданий.

В случаях возникновения непредвиденных обстоятельств в условиях вынужденных мер традиционное очное обучение по программе реализуется с применением дистанционных образовательных технологий с помощью сервисов для видеоконференций и общения в чатах.

Обучение с применением дистанционных технологий осуществляется в on-line (вебинары, видеоконференции, чаты) и off-line формах (обучающие видео-, аудио-материалы, мастер-классы, презентации, текстовые документы, учебные консультации).

### **Режим занятий**

Занятия по программе проводятся **2 раза в неделю по 2 академического часа**. Продолжительность занятия составляет **45 минут** с обязательным перерывом в 10 минут.

При обучении с применением дистанционных образовательных технологий продолжительность занятия сокращается для обучающихся 7-14 лет до 30 мин.

### **1.2. Цель и задачи программы.**

**Цель:** социальная адаптация учащихся посредством формирования и развития социально-эмоциональных навыков.

**Задачи:**

#### **1. Воспитательные:**

- Воспитывать личность с устойчивой позитивной самооценкой;
- Воспитывать волевую составляющую самоконтроля;
- Воспитывать готовность к саморазвитию, самопознанию и обучению на протяжении всей жизни.

#### **2. Обучающие:**

- обучать методам саморегуляции;
- обучать навыкам коммуникации, эффективного выхода из конфликтов;

- обучать приемам самопрезентации.

### 3. Развивающие:

- развивать умение идентификации собственных эмоций;
- развивать умение оценить роль эмоции в восприятии событий;
- развивать мотивацию к саморазвитию.

## 1.3. Содержание программы

### 1.3.1. Учебные планы

#### Учебный план для учащихся 8-10 лет

№ п/п	Название раздела, темы	все-го	тео-рия	практи-ка	Формы контроля/ ат-тестации
	<b>Вводный раздел.</b> Правила техники безопасности	2	2	-	Беседа, наблюдение. Входной контроль
1	<b>Раздел 1. Мир эмоций.</b>	<b>60</b>	<b>15</b>	<b>45</b>	
1.1	Мир эмоций и чувств	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.2	Как появляется чувство?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.3	Эмоции друзья или враги?!	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.4	Невербальное выражение эмоций	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.5	Многообразие эмоций	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.6	Особенности чувства «Счастье»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.7	Проживание чувства счастья	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.8	Особенности эмоции «Грусть»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.9	Особенности эмоции «Злость»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.10	Проживание чувства злости	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.11	Нужна ли агрессия?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.12	Саморегуляция	2	1	1	Беседа. Наблюдение.

1.13	Особенности чувства «Вдохновение»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.14	Проживание чувства вдохновения	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.15	Особенности чувства «Стеснение «	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.16	Проживание чувства стеснения	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.17	Особенности чувства отвращения	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.18	Многообразие эмоций	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.19	Особенности чувства «Обида»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.20	Проживание чувства обида	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.21	Способы выражения обиды	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.22	Особенности чувств «Интерес», «Удивление»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.23	Проживание чувства «Интерес»	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.24	Особенности чувства «Страх»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.25	Бесстрашие и уверенность в себе	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.26	Я не боюсь	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.27	Как справляться со страхом?	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.28	Особенности чувства тревога	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.29	Проживание чувства тревоги	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.30	Как справляться с тревогой?	2	-	2	Беседа. Наблюдение. Промежуточный контроль
2	<b>Раздел 2. Учусь владеть собой</b>	<b>32</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	
2.1	Мысли и настроение	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.2	Меняем отношение к тому, что нас огорчает	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.3	Мысли управляют поступками	2	1	1	Беседа. Наблюдение.

2.4	Избавляемся от плохих мыслей	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.5	Многообразие эмоций	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
2.6	Самопознание	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.7	Кем быть?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.8	Чем я отличаюсь от других?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.9	Я и другие	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.10	Гармонизация притязаний на признание	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.11	Многообразие эмоций	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
2.12	Уверенное и неуверенное поведение	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.13	Вырабатываем уверенность в своих силах	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.14	Как найти выход из трудной ситуации?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.15	Право на ошибку	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.16	Как исправлять ошибки и в чем их польза?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3	<b>Раздел 3. Давай дружить.</b>	<b>24</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	
3.1	Почему люди ссорятся?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3.2	Можно и не ссориться?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3.3	Предотвращение конфликтов	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3.4	Делимся чувствами	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3.5	Пойми меня	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3.6	Давайте жить дружно	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3.7	Настоящая дружба	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3.8	Общение в моей жизни	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3.9	Живи в согласии с другими	2	1	1	Беседа. Наблюдение.

3.10	Учимся слушать друг друга	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3.11	Как просить прощения?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
3.12	Многообразие эмоций	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
4	<b>Раздел 4. Полезные качества</b>	<b>26</b>	<b>12</b>	<b>14</b>	
4.1	Доброта	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.2	Вежливость	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.3	Зачем нужен этикет	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.4	Волшебство слов	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.5	Учимся говорить НЕТ!	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.6	Просить о помощи и благодарить за помощь	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.7	Ярмарка достоинств	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.8	Культура поведения	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.9	Мои способности	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.10	Привычки	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.11	Азбука перемен	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.12	Права и обязанности	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
4.13	Эмоции и чувства	2	-	2	Беседа. Наблюдение. Итоговый контроль
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>54</b>	<b>90</b>	

### Учебный план для учащихся 11-14 лет

№ п/п	Название раздела, темы	всего	теория	практика	Формы контроля/ аттестации
	<b>Вводное занятие.</b> Правила техники безопасности	1	0,5	0,5	Беседа, наблюдение, Входной контроль
1	<b>Раздел 1. Мир эмоций.</b>	<b>105</b>	<b>51,5</b>	<b>53,5</b>	
1.1	Мир эмоций и чувств	1	0,5	0,5	Беседа. Наблюдение.

1.2	Как появляется чувство?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.3	Эмоции друзья или враги?!	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.4	Невербальное выражение эмоций	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.5	Особенности чувства «Счастье»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.6	Проживание чувства счастья	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.7	Особенности эмоции «Грусть»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.8	Особенности эмоции «Злость»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.9	Проживание чувства печали	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.10	Особенности эмоции злость	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.11	Проживание чувства злости	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.12	Нужна ли агрессия?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.13	Я и другие	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.14	Эмоциональная осведомленность	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.15	Особенности чувства «Вдохновение»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.16	Проживание чувства вдохновение	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.17	Многообразие эмоций	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.18	Особенности чувства «Стеснение»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.19	Проживание чувства стеснения	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.20	Особенности чувства отвращение	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.21	Проживание чувства отвращения	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.22	Многообразие эмоций	2	1	1	Беседа. Наблюдение.

1.23	Многообразие эмоций	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.24	Многообразие эмоций	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.25	Особенности чувства «Обида»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.26	Проживание чувства обида	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.27	Способы выражения обиды	2	-	2	Беседа. Наблюдение.
1.28	Как перестать обижаться?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.29	Особенности чувства «Стыд»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.30	Особенности чувства вины	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.31	Проживание чувства вины	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.32	Особенности чувств «Любовь» и «Симпатия»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.33	Проживание чувства любви/симпатии	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.34	Многообразие эмоций	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.35	Самосознание	2	1	1	Беседа. Наблюдение. Промежуточный контроль
1.36	Я не боюсь	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.37	Особенности чувства «Страх»	1	0,5	0,5	Беседа. Наблюдение.
1.38	Бесстрашие и уверенность в себе	1	0,5	0,5	Беседа. Наблюдение.
1.39	Как справляться с тревогой?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.40	Страх сделать ошибку	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.41	Многообразие эмоций	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.42	Особенности чувства «Удивление»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.43	Проживание чувства интереса	2	1	1	Беседа. Наблюдение.

1.44	Особенности чувства «Апатия»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.45	Проживание чувства апатии	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.46	Многообразие эмоций	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.47	Особенности чувств «Доверие», «Восхищение»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.48	Проживание чувств доверие, восхищение.	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.49	Многообразие эмоций.	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.50	Особенности чувства «Зависть»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.51	Проживание чувства зависть	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.52	Особенности чувство «Неуверенности в себе»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.53	Проживание чувства неуверенность в себе	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
1.54	Особенности чувство «Недовольство»	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2	<b>Раздел 2. Я могу управлять эмоциями.</b>	<b>38</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	
2.1	Управление эмоциями	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.2	Навыки коммуникации	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.3	Внутренний мир другого человека	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.4	Конфликт в общении	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.5	Искусство «достойного отказа».	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.6	Уважительное отношение к себе и другим	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.7	Релаксация, расслабление	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.8	Цветопись эмоции	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.9	Обучение приемам управления своими эмоциями	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.10	Многообразие эмоций	2	1	1	Беседа. Наблюдение.

2.11	Ошибки в управлении эмоциями других	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.12	Управление страхом собеседника.	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.13	Управление обидой собеседника	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.14	Как проявлять любовь и заботу?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.15	Ошибки. Как исправлять?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.16	Как починить дружбу, когда вы обидчивы?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.17	"Другой"- значит "опасный"	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.18	Как мы переживаем вместе?	2	1	1	Беседа. Наблюдение.
2.19	Эмоциональный счет	2	1	1	Беседа. Наблюдение. Итоговый контроль
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>71</b>	<b>73</b>	

### 1.3.2 Содержание учебных планов

#### Содержание учебного плана для учащихся 8-10 лет

**Вводное занятие.** Правила техники безопасности (2 ч.)

*Тема:* Правила поведения, правила техники безопасности

*Теория:* Требования к рабочему месту. Правила поведения, правила техники безопасности, пожарной безопасности на занятии

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение. Входной контроль.

#### **Раздел 1. Мир эмоций. (60 ч.)**

##### **Тема 1.1.** Мир эмоций и чувств

*Теория:* Основные эмоции. Проявления эмоций и чувств и их отличие друг от друга. Какие эмоции испытывает человек.

*Практика:* Упражнение на смешение красок «Рисуем эмоции», игра с карточками «Азбука эмоций»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

##### **Тема 1.2.** Как появляется чувство?

*Теория:* Что такое чувства. Что значит чувствовать. Зачем мы чувствуем?

*Практика:* Игра «Молекулы», игра на внимание «Поймай хлопок»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

##### **Тема 1.3.** Эмоции друзья или враги?!

*Теория:* Польза и вред эмоций

*Практика:* Игра «Изобрази эмоцию», упражнения «Актерские разминки», игра с карточками «Азбука эмоций», игра "Я бросаю тебе мяч"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.4.** Невербальное выражение эмоций

*Теория:* Мимика, жесты, позы, поведение-выражение своего эмоционального состояния

*Практика:* Игра «Изобрази эмоции», упражнения «Актерские разминки»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.5.** Многообразие эмоций

*Теория:* Многообразие эмоций.

*Практика:* Просмотр и обсуждение мультфильма «Головоломка»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.6.** Особенности чувства «Счастье».

*Теория:* Понятие «счастье». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние счастья.

*Практика:* игра «Молекулы», этюд «Встреча с другом», игра «Доброе животное»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.7.** Проживание чувства счастья.

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние счастья. Способы выражения счастья.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций счастья, упражнение «Рисуем эмоцию счастья, игра с карточками «Азбука эмоций», обсуждение «Радость для мамы и папы»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.8.** Особенности эмоции «Грусть»

*Теория:* Понятие «грусть». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние грусти.

*Практика:* Разыгрывание разных грусти, упражнение «Рисуем эмоцию грусти», игра с карточками «Азбука эмоций», обсуждение «Грусть для мамы и папы»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.9.** Особенности эмоции «Злость»

*Теория:* Понятие «злость». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние злости.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций злости, упражнение «Рисуем эмоцию злости», игра "Воробьиные бои"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.10.** Проживание чувства злости

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние злости. Способы выражения злости.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций злости, упражнение «Рисуем эмоцию злости, игра с карточками «Азбука эмоций», игра "Воробьиные бои"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.11.** Нужна ли агрессия?

*Теория:* Что такое агрессия, упражнение «рисуем эмоцию агрессии», игра с карточками «Азбука эмоций»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.12. Саморегуляция**

*Теория:* Саморегуляция определение.

*Практика:* упражнение «Рисуем компас эмоций», напиши письмо себе

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.13. Особенности чувства вдохновение**

*Теория:* Понятие «вдохновение». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние вдохновения.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций чувства вдохновения, упражнение «Рисуем чувство вдохновения», игра на развитие фантазии «Изобрази чудеса с платком»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.14. Проживание чувства вдохновение**

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние вдохновения. Способы выражения вдохновения.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций вдохновения, теневой театр «Дюймовочка»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.15. Особенности чувства «Стеснение»**

*Теория:* Понятие «стеснение». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние стеснения.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций чувства стеснения, упражнение «Рисуем чувство стеснения»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.16. Проживание чувства стеснения**

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние стеснения.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций стеснения, упражнение «Рисуем чувство стеснения», обсуждение «Мне неловко, когда я...», «Я стесняюсь, когда...»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.17. Особенности чувства «Отвращение»**

*Теория:* Понятие «отвращение». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние отвращения.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций чувства отвращения, упражнение «Рисуем чувство отвращения»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.18. Многообразие эмоций**

*Теория:* Многообразие эмоций.

*Практика:* Просмотр и обсуждение мультфильма "Гадкий утенок"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.19. Особенности чувства «Обида»**

*Теория:* Понятие «обида». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние обида.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций чувства обида, упражнение «Рисуем чувство обида»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.20.** Проживание чувства обида

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние обиды. Способы выражения обиды.

*Практика:* инсценирование сказки «Лиса, заяц и петух»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.21.** Способы выражения обиды

*Теория:* Как справиться с обидой и перестать обижаться

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, упражнение «Рисуем чувство обида»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.22.** Особенности чувств «Интерес», «Удивление»

*Теория:* Понятие «интерес, удивление». Мимика, жесты, поведение, характеризующие чувство интереса, удивления.

*Практика:* упражнение «Рисуем чувство интереса, удивления», инсценирование сказки «Кот, дрозд и петух»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.23.** Проживание чувства «Интерес»

*Теория:* Поведение, характеризующее состояние интереса. Способы выражения интереса.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, упражнение «Рисуем чувство интереса»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.24.** Особенности чувства «Страх»

*Теория:* Понятие «страх». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние страха.

*Практика:* Рассказ "Ночные страхи", упражнение «Рисуем свой страх»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.25.** Бесстрашие и уверенность в себе

*Теория:* Страх, тревога. Особенности проживания чувства. Как с ними справиться.

*Практика:* Игра "Найди способ выйти из круга"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.26.** Страхи. Как с ними справляться.

*Теория:* Страх, тревога. Особенности проживания чувства

*Практика:* Работа с рисунками страха.

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.27.** Я не боюсь

*Теория:* Страх, тревога. Особенности проживания чувства

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, о страхе, мак карты «Внутренний ребенок»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.28.** Особенности чувства «Тревога»

*Теория:* Тревога. Особенности проживания чувства

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, рисуем эмоцию тревоги

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.29.** Проживание чувства тревоги

*Теория:* Тревога. Особенности проживания чувства

*Практика:* инсценирование сказки «Три медведя»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.30.** Как справляться с тревогой?

*Теория:* Тревога. Особенности проживания и выражения чувства тревоги

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, игра «Азбука эмоций»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение. Промежуточный контроль

## **Раздел 2. Учусь владеть собой (32 ч.)**

**Тема 2.1.** Мысли и настроение

*Теория:* Мысли и настроение. Как они влияют друг на друга

*Практика:* Упражнение "Мысли и настроение", "Я справлюсь"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.2.** Меняем отношение к тому, что нас огорчает

*Теория:* Важность мыслей. Огорчение, разочарование

*Практика:* Упражнение "Даже если...", "В любом случае..."

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.3.** Мысли управляют поступками

*Теория:* Поступки. Влияние мыслей на поступки

*Практика:* Обсуждение "Мне плохо!", упражнение «Взгляд сквозь очки»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.4.** Избавляемся от плохих мыслей

*Теория:* Методы замены мыслей

*Практика:* Упражнение "Рисуем картинку в уме", практика «Мусорное ведро»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.5.** Многообразие эмоций.

*Теория:* Многообразие эмоций

*Практика:* Просмотр и обсуждение мультфильма «Котенок по имени Гав»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.6.** Самопознание

*Теория:* Понятие самопознание. Значение. Влияние

*Практика:* Игра "Мне нравится, что я...", Методика-игра "Самооценка", дискуссия "Самое-самое", "Моя вселенная"

*Формы контроля :* Беседа, наблюдение

**Тема 2.7. Кем быть?**

*Теория:* Изучение себя, понимание своих интересов.

*Практика:* Знакомство с произведением В.В. Маяковского "Кем быть?"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.8. Чем я отличаюсь от других**

*Теория:* Я и другие. Сходство и различие.

*Практика:* Диагностика самооценки "Самый-самый..", игра "Ассоциации"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.9. Я и другие**

*Теория:* Я и другие. Сходство и различие.

*Практика:* Упражнение "Я рад Общаться с тобой", методика "Твое имя", "Горячий стул"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.10. Гармонизация притязаний на признание**

*Теория:* Самосознание. Потребность в признании.

*Практика:* Игра "Ласковое имя", "Придумай подарок для соседа", игра "Заяц-хваста", "Паровозик".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.11. Многообразие эмоций**

*Теория:* Многообразие эмоций

*Практика:* Просмотр и обсуждение мультфильма "Король- лев"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема. 2.12. Уверенное и неуверенное поведение**

*Теория:* Уверенность в себе. Как развивать и как разрушатся

*Практика:* Игра "Поводырь", игра "Вопрос-ответ".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.13. Выработываем уверенность в своих силах**

*Теория:* Уверенность в себе. Как развивать и как разрушатся

*Практика:* Упражнение-тренинг "Я смогу"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.14. Как найти выход из трудной ситуации**

*Теория:* Трудные ситуации. Проблемы. Как можно найти выход.

*Практика:* Упражнение "Подарим друг другу улыбку. Сломалась игрушка.

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.15. Право на ошибку**

*Теория:* Что такое ошибка. Значение и смысл.

*Практика:* Дискуссия. инсценирование сказки «Теремок»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.16. Как исправлять ошибки и в чем их польза?**

*Теория:* Польза и вред от ошибок.

*Практика:* упражнение «Исправь ошибки», обсуждение «Польза от ошибок»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Раздел 3. Давай дружить. (24 ч.)**

#### **Тема 3.1. Почему люди ссорятся?**

*Теория:* Особенности поведения в конфликтной ситуации.

*Практика :* Игра "Толкалки без слов", "Петухи".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

#### **Тема 3.2. Можно и не ссориться**

*Теория:* Мирное решение вопросов

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, инсценирование сказки «Кошкин дом»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

#### **Тема 3.3. Предотвращение конфликтов**

*Теория:* Конфликт. Способы предотвращения.

*Практика:* Игра "Разожми кулак", "Вырвись из круга", "Перетягивание каната", "Петухи"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

#### **Тема 3.4. Делимся чувствами**

*Теория:* Рефлексия. Как говорить о своих чувствах

*Практика:* Упражнение "Клубочек", игра "Доброе животное", "Стихии".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

#### **Тема 3.5. Пойми меня**

*Теория:* Рефлексия. Как говорить о своих чувствах и понимать других

*Практика:* Игра "Пойми меня", упражнение "Давай жить дружно".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

#### **Тема 3.6. Давайте жить дружно**

*Теория:* Дружба. Основные правила.

*Практика:* Упражнение "Подари камушек" "Мостик дружбы", игра "Да и нет"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

#### **Тема 3.7. Настоящая дружба**

*Теория:* Дружба. Основные правила.

*Практика:* Игра "Тайный друг", упражнение "Давай жить дружно".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

#### **Тема 3.8. Общение в моей жизни**

*Теория:* Правила коммуникации. Общение

*Практика:* Тест-игра "С тобой приятно общаться"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

#### **Тема 3.9. Живи в согласии с другими**

*Теория:* Взаимопонимание. Чувства других людей. Представление о «сотрудничестве» Терпимость друг к другу.

*Практика:* игра «Общий ритм», упражнение «Неоконченные предложения», упражнение «Пять добрых слов», упражнение «Для тебя».

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

#### **Тема 3.10. Учимся слушать друг друга**

*Теория:* Понятие слышать и слышать друг друга

*Практика:* Игра "Испорченный телефон", "Пойми меня", тест "Умеете ли вы слушать".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 3.11.** Как просить прощения

*Теория:* Прощение. Значение прощения. Как просить прощение.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций о прощении, упражнение "Давай жить дружно".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 3.12.** Многообразие эмоций

*Теория:* Многообразие эмоций

*Практика:* Просмотр и обсуждение мультфильма «Кошкин дом»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

#### **Раздел 4. Полезные качества (26 ч.)**

**Тема 4.1.** Доброта

*Теория:* Доброта. Как проявляется и в отношении кого

*Практика:* Упражнение "Волшебная чашка", практика «Моя дорога»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.2.** Вежливость

*Теория:* Вежливость. Как проявляется и в отношении кого

*Практика:* Добрые слова для каждого. Составление кодекса вежливости.

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.3.** Зачем нужен этикет

*Теория:* Этикет. Общепринятые формы поведения.

*Практика:* Игра "День рождения"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.4.** Волшебство слов

*Теория:* Этикет. Навыки культуры приветствия.

*Практика:* Игра "Обмен приветствиями", "Каким будет твоё приветствие, если..."

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.5.** Учимся говорить НЕТ!

*Теория:* Страх сказать НЕТ. К чему приводит и чего лишает

*Практика:* Рассказ "Когда трудно сказать НЕТ!", упражнение "Волшебная чашка"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.6.** Просить о помощи и благодарить за помощь

*Теория:* Навыки предложения помощи.

*Практика:* Упражнение "Массаж по кругу", упражнение "Направленное воображение", рисование историй

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.7.** Ярмарка достоинств

*Теория:* Уверенность в себе. Навыки самоанализа.

*Практика:* Игра "Письмо себе", "Ярмарка достоинств"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.8.** Культура поведения

*Теория:* Правила ведения беседы. Навыки ведения беседы

*Практика:* Словарик комплиментов.

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.9.** Мои способности

*Теория:* Способности и возможности. Развитие своих способностей

*Практика:* Упражнение "Я умею", "Хочу научиться", "А вам слабо"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.10.** Привычки

*Теория:* Понятие привычки.

*Практика:* Словарик комплиментов составляем, упражнение "Направленное воображение"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.11.** Азбука перемен

*Теория:* Вера в свои силы

*Практика:* Практика "Нарисуем жизнь", "Я бросаю тебе мяч"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.12.** Права и обязанности

*Теория:* Понятия права и обязанности

*Практика:* Школа моей мечты. Игра "Если бы директором был ..."

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 4.13.** Эмоции и чувства

*Теория:* Многообразие эмоций

*Практика:* Игра «Спасибо, что ты рядом!», инсценирование теневого театра «Лиса и журавль»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение. Итоговый контроль.

## **Содержание учебного плана для учащихся 11-14 лет**

**Вводное занятие.** Правила техники безопасности (1 ч.)

*Тема:* Правила поведения, правила техники безопасности

*Теория.* Требования к рабочему месту. Правила поведения, правила техники безопасности, пожарной безопасности на занятии

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение. Входной контроль.

**Раздел 1. Мир эмоций. (105 ч.)**

**Тема 1.1.** Мир эмоций и чувств (1 ч.)

*Теория:* Основные эмоции. Проявления эмоций и чувств и их отличие друг от друга. Какие эмоции испытывает человек.

*Практика:* Упражнение на смешение красок «Рисуем эмоции», игра с карточками «Азбука эмоций»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.2.** Как появляется чувство?

*Теория:* Что такое чувства. Что значит чувствовать. Зачем мы чувствуем?

*Практика:* Игра «Молекулы», игра на внимание «Поймай хлопок»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.3. Эмоции друзья или враги?!**

*Теория:* Польза и вред эмоций

*Практика:* Игра «Изобрази эмоцию», упражнения «Актерские разминки», игра с карточками «Азбука эмоций»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.4. Невербальное выражение эмоций**

*Теория:* Мимика, жесты, позы, поведение-выражение своего эмоционального состояния

*Практика:* Игра «Изобрази эмоции», упражнения «Актерские разминки»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.5. Особенности чувства «Счастье»**

*Теория:* Понятие «счастье». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние счастья.

*Практика:* игра «Молекулы», этюд «Встреча с другом», игра «Доброе животное»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.6. Проживание чувства счастья**

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние счастья. Способы выражения счастья.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций счастья, упражнение «Рисуем эмоцию счастья», игра с карточками «Азбука эмоций», обсуждение «Радость для мамы и папы»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.7. Особенности эмоции «Грусть»**

*Теория:* Понятие «грусть». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние грусти.

*Практика:* Разыгрывание разных грусти, упражнение «Рисуем эмоцию грусти», игра с карточками «Азбука эмоций», обсуждение «Грусть для мамы и папы»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.8. Проживание чувства грусти**

*Теория:* Понятие «грусть». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние грусти.

*Практика:* Разыгрывание разных грусти, упражнение «Рисуем эмоцию грусти», игра с карточками «Азбука эмоций», обсуждение «Грусть для мамы и папы»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.9. Проживание чувства «Печаль»**

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние печали. Способы выражения печали.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций печали, упражнение «Рисуем эмоцию печаль, игра с карточками «Азбука эмоций», обсуждение «Печаль для мамы и папы»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.10.** Особенности эмоции «Злость»

*Теория:* Понятие «злость». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние злости.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций злости, упражнение «Рисуем эмоцию злости»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.11.** Проживание чувства злости

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние злости. Способы выражения злости.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций злости, упражнение «Рисуем эмоцию злости, игра с карточками «Азбука эмоций», игра "Воробьиные бои"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.12.** Нужна ли агрессия?

*Теория:* Что такое агрессия?

*Практика:* Упражнение «рисуем эмоцию агрессии», игра с карточками «Азбука эмоций»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.13.** Я и другие

*Теория:* Понимание проявления эмоций другими людьми. Сходство и различие.

*Практика:* Диагностика самооценки "Самый-самый..", игра "Ассоциации"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.14.** Эмоциональная осведомленность

*Теория:* Развитие эмоциональной осведомленности, понимания своих эмоций, рефлексии. Рефлексия. Как говорить о своих чувствах и понимать других.

*Практика:* Игра "Пойми меня", упражнение "Клубочек", игра "Доброе животное", "Стихии", обсуждение "Мне плохо!", упражнение "Рисуем картинку в уме"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.15.** Особенности чувства «Вдохновение»

*Теория:* Понятие «вдохновение». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние вдохновения.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций чувства вдохновения, упражнение «Рисуем чувство вдохновение», игра на развитие фантазии «Изобрази чудеса с платком»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.16.** Проживание чувства вдохновения

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние вдохновения. Способы выражения вдохновения.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций вдохновения, теневой театр «Дюймовочка»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.17.** Многообразие эмоций

*Теория:* Многообразие эмоций

*Практика:* Обсуждение и разбор мультфильма «Головоломка»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.18.** Особенности чувства «Стеснение»

*Теория:* Понятие «стеснение». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние стеснения.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций чувства вдохновения, упражнение «Рисуем чувство стеснения»

**Тема 1.19.** Проживание чувства стеснения

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние стеснения.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций стеснения, упражнение «Рисуем чувство стеснения»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.20.** Особенности чувства «Отвращение»

*Теория:* Понятие «отвращение». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние отвращения.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций чувства вдохновения, упражнение «Рисуем чувство отвращения»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.21.** Проживание чувства отвращения

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние стеснения.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, рисуем эмоцию отвращения

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.22.** Многообразие эмоций

*Теория:* Мультфильм "Головоломка".

*Практика:* Просмотр и обсуждение мультфильма "Головоломка"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.23.** Многообразие эмоций

*Теория:* Многообразие эмоций.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, разминки мимические, игры на внимание, память, подражание.

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.24.** Многообразие эмоций

*Теория:* Влияние на нас эмоции злости, грусти, отвращения, стеснения, счастья, вдохновения.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, игры на внимание, память, подражание, упражнение «Изобрази эмоцию».

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.25.** Особенности чувства «Обида»

*Теория:* Понятие «обида». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние обида.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций чувства обида, упражнение «Рисуем чувство обида»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.26.** Проживание чувства обида

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние обиды. Способы выражения обиды.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций обиды, мак карты, рисуем эмоцию обиды, игра с карточками «Азбука эмоций»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.27.** Способы выражения обиды

*Теория:* Понятие «обида». Основные способы выражения и проявления чувства обиды

*Практика:* Разыгрывание ситуаций чувства обида, упражнение «Рисуем чувство обида»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.28.** Как перестать обижаться?

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние обиды. Способы помогающие избежать чувство обиды

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций обиды, обсуждение, мак карты, рисуем эмоцию обиды

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.29.** Особенности чувства «Стыд»

*Теория:* Понятие «стыд». Мимика, жесты, поведение, характеризующие чувство стыда

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, упражнение «Рисуем чувство стыда», игра «Изобрази эмоцию».

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.30.** Особенности чувства «Вина»

*Теория:* Понятие «вина». Мимика, жесты, поведение, характеризующие чувство вины

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, упражнение «Рисуем чувство вины», игра «Изобрази эмоцию», составляем список с эмоцией вины.

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.31.** Проживание чувства вины

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние вины. Способы выражения вины.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты «Внутренний ребенок», игра «Изобрази эмоцию», упражнение "Даже если...", "В любом случае..."

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.32.** Особенности чувств «Любовь» и «Симпатия»

*Теория:* Понятие «Любовь/симпатия». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние любви.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты «Внутренний ребенок», игра «Изобрази эмоцию любви».

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.33.** Проживание чувства любви/симпатии

*Теория:* Поведение, характеризующие состояние любви и симпатии. Способы выражения любви.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты «Внутренний ребенок», пишем список «К кому испытываю симпатию»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.34.** Многообразие эмоций

*Теория:* Эмоции стыда, вина, обиды, любовь. Роль эмоций при передаче и восприятии информации. Особенности проживания чувств.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, рисуем разные эмоции красками и смешиваем их, упражнение "Рисуем картинки в уме"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение, промежуточный контроль

### **Тема 1.35.** Самосознание

*Теория:* Развитие интереса к самопознанию, рефлексии. Эмпатия. Потребность в признании. Значение. Влияние.

*Практика:* Игра "Ласковое имя", "Придумай подарок для соседа", игра "Заяц хвоста", "Паровозик", игра "Мне нравится, что я...", Методика-игра "Самооценка", дискуссия "Самое-самое", "Моя вселенная"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.36.** Я не боюсь

*Теория:* Страх, тревога. Особенности проживания чувства

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, о страхе, мак карты «Внутренний ребенок», упражнение "Рисуем картинки в уме"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.37.** Особенности чувства страха.

*Теория:* Понятие «страх». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние страха.

*Практика:* Рассказ "Ночные страхи", упражнение «Рисуем свой страх

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.38.** Бесстрашие и уверенность в себе

*Теория:* Страх, тревога. Особенности проживания чувства. Как с ними справиться.

*Практика:* Игра "Найди способ выйти из круга"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 1.39.** Как справиться с тревогой?

*Теория:* Тревога. Особенности проживания и выражения чувства тревоги

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, игра «Азбука эмоций»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.40.** Страх сделать ошибку

*Теория:* Что такое ошибка. Значение и смысл. Трудные ситуации. Проблемы. Как можно найти выход.

*Практика:* Дискуссия. Разыгрывание ситуаций, упражнение "Подарим друг другу улыбку», «Сломалась игрушка»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.41.** Многообразие эмоций

*Теория:* Многообразие эмоций

*Практика:* Обсуждение и разбор мультфильма "Король - лев"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.42.** Особенности чувства «Удивление»

*Теория:* Понятие «интерес, удивление». Мимика, жесты, поведение, характеризующие чувство удивления.

*Практика:* упражнение «Рисуем чувство удивления»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.43.** Проживание чувства интереса

*Теория:* Поведение, характеризующее состояние интереса. Способы выражения интереса.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, упражнение «Рисуем чувство интереса»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.44.** Особенности чувства «Апатия»

*Теория:* Понятие «апатия». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние апатии.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты «Внутренний ребенок», упражнение «Рисуем чувство апатии»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.45.** Проживание чувства апатии

*Теория:* Поведение, характеризующее состояние апатии.

*Практика:* Разыгрывание ситуаций апатии, обсуждение, упражнение «Рисуем чувство апатия» мак карты «Внутренний ребенок»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.46.** Многообразие эмоций

*Теория:* Многообразие эмоций

*Практика:* Обсуждение и просмотр мультфильма "Головоломка"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.47.** Особенности чувств «Доверие», «Восхищение»

*Теория:* Понятие «доверие, восхищение». Мимика, жесты, поведение, характеризующие состояние доверия, восхищения.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты «Внутренний ребенок», практика «Изобрази эмоцию»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.48.** Доверие, восхищение

*Теория:* Доверие. Особенности проживания чувства

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, практика «Поводырь»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.49.** Многообразие эмоций

*Теория:* Многообразие эмоций

*Практика:* Просмотр и обсуждение мультфильма Головоломка-2"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.50.** Особенности чувства «Зависть»

*Теория:* Мимика, жесты, поведение, характеризующие чувство зависти.

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, упражнение «Рисуем чувство зависти»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.51.** Проживание чувства зависть

*Теория:* Поведение, характеризующее чувство зависть

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций, мак карты, упражнение "Ярмарка достоинств"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

*Теория:* Понятие «стеснение».

*Практика:* Разыгрывание ситуаций чувства вдохновения

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.52.** Чувство неуверенности в себе

*Теория:* Уверенность и неуверенность в себе. Как развивать и как разрушатся. Откуда она берется и как победить неуверенность в себе.

*Практика:* Упражнение-тренинг "Я смогу", практика "Нарисуем жизнь", "Я бросаю тебе мяч"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.53.** Неуверенность в себе

*Теория:* Уверенность и неуверенность в себе. Как восстанавливать

*Практика:* Игра "Поводырь", игра "Вопрос-ответ".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 1.54.** Чувство недовольства

*Теория:* Многообразие эмоций.

*Практика:* Обсуждение и разбор сказки «О рыбаке и рыбке»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

## **Раздел 2. Я могу управлять эмоциями (38 ч.)**

**Тема 2.1.** Управление эмоциями

*Теория:* Развитие навыков управления эмоциями. Понятие слышать и слышать друг друга

*Практика:* Игра "Испорченный телефон", "Пойми меня", тест "Умеете ли вы слушать".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.2.** Навыки коммуникации

*Теория:* Способы взаимодействия. Тренировка коммуникативных навыков. Правила коммуникации. Общение.

*Практика:* Тест-игра "С тобой приятно общаться"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 2.3. Внутренний мир другого человека**

*Теория:* Понимаю себя - понимаю других? Изучение себя, понимание своих интересов. Я и другие. Сходство и различие.

*Практика:* В.В. Маяковский "Кем быть?," Упражнение "Я рад Общаться с тобой", методика "Твое имя", "Горячий стул"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 2.4. Конфликт в общении**

*Теория:* Понятие «конфликт»: внутри личностный, межличностный. Особенности поведения в конфликтной ситуации.

*Практика:* Игра "Толкалки без слов", "Петухи".

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 2.5. Искусство «достойного отказа».**

*Теория:* Страх сказать НЕТ. К чему приводит и чего лишает.

*Практика:* Рассказ "Когда трудно сказать НЕТ!", упражнение «Ярмарка достоинств»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 2.6. Уважительное отношение к себе и другим**

*Теория:* Развитие уважительного отношения к себе и другим. Этикет. Обще-принятые формы поведения.

*Практика:* Игра "День рождения", игра "Обмен приветствиями", упражнение "Каким будет твое приветствие, если..."

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 2.7. Релаксация, расслабление**

*Теория:* Релаксация. Снятие напряжения. Вера в свои силы.

*Практика:* Практика "Нарисуем жизнь", "Я бросаю тебе мяч", практики расслабления «Отпусти бабочку».

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 2.8. Цветопись эмоций**

*Теория:* Определение эмоций и соотнесения эмоции с цветом. Я себя чувствую и понимаю.

*Практика:* Упражнение "Массаж по кругу", упражнение "Направленное воображение", рисование историй

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 2.9. Обучение приемам управления своими эмоциями**

*Теория:* Навыки предложения помощи. Я себя чувствую и понимаю.

*Практика:* Упражнение "Массаж по кругу", "Направленное воображение", рисование историй

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 2.10. Многообразие эмоций**

*Теория:* Многообразие эмоций. Уверенность в себе. Навыки самоанализа.

*Практика:* Просмотр и обсуждение мультфильма «Гадкий утенок», игра "Письмо себе"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.11.** Ошибки в управлении эмоциями других

*Теория:* Принципы и ошибки в управлении эмоциями других. Способности и возможности. Развитие своих способностей.

*Практика:* Упражнение "Я умею", "Хочу научиться", "А вам слабо"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.12.** Управление страхом собеседника

*Теория:* Правила ведения беседы. Навыки ведения беседы.

*Практика:* Словарик комплиментов, упражнение «Я не боюсь»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.13.** Управление обидой собеседника

*Теория:* Конфликт. Обида. Способы предотвращения.

*Практика:* Игра "Разожми кулак", "Вырвись из круга", "Перетягивание каната", "Петухи"

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.14.** Как проявлять любовь и заботу?

*Теория:* Любовь, забота. Доброта. Как проявляется и в отношении кого

*Практика:* Упражнение "Волшебная чашка", упражнение «Моя дорога»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.15.** Ошибки. Как исправлять?

*Теория:* Ошибки. Прощение. Значение прощения. Как просить прощение?

*Практика:* Разыгрывание разных ситуаций прощения. Способы прощения, составление списка ошибок

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.16.** Как починить дружбу, когда вы обидчивы?

*Теория:* Дружба. Основные правила. Обида.

*Практика:* Игра "Тайный друг", упражнение "Давай жить дружно", упражнение "Подари камушек" "Мостик дружбы", игра "Да и нет", игра «Спасибо, что ты рядом!»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.17.** "Другой"- значит "опасный"

*Теория:* Дружба или вражда. Основные правила.

*Практика:* Игра "Тайный друг", упражнение "Что чувствует другой", "Мостик дружбы", игра "Да и нет", Игра «Спасибо, что ты рядом!»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

**Тема 2.18.** Как мы переживаем вместе?

*Теория:* Помощь друг другу.

*Практика:* Игра "Тайный друг", упражнение "Давай жить дружно", Упражнение "Подари камушек" "Мостик дружбы", игра "Да и нет", Игра «Спасибо, что ты рядом!»

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение

### **Тема 2.19. Эмоциональный счет**

*Теория:* Техника поддержания положительного баланса на "эмоциональном счете". Основные правила.

*Практика:* упражнение "Давай жить дружно", "Мостик дружбы", игра "Да и нет", Игра «Спасибо, что ты рядом!», составление списка и подсчет баланса.

*Формы контроля:* Беседа, наблюдение, итоговый контроль

## **1.4. Планируемые результаты**

Для оценки качества работы и результативности деятельности учащихся проводится входной, промежуточный и итоговый контроль сформированности предметных знаний и умений.

Эффективность учебно-воспитательного процесса определяется достижением учащихся результатов, которые можно разделить на личностные, предметные и метапредметные.

*Планируемы результаты для учащихся 8-10 лет.*

### ***Личностные результаты:***

- мотивация к занятиям по изучению эмоционального состояния человека;
- осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;
- познавательный интерес к чувствам и эмоциям человека.

### ***Предметные результаты:***

- знание понятий «эмоции» и «чувства», их классификации;
- умение понимать вербальное и невербальное проявление чувств и эмоций;
- знание норм поведения в общении с другими людьми
- навыки распознавания собственных эмоций и эмоций окружающих;
- навыки использования приемлемых способов выражения эмоций и собственных эмоциональных состояний;

### ***Метапредметные результаты:***

- умение идентифицировать собственные эмоции;
- способность сопереживать другим, понимать эмоции и чувства других людей;
- социально-коммуникативные навыки успешной работы в команде, бесконфликтного общения.

*Планируемы результаты для учащихся 11-14 лет.*

### ***Личностные результаты:***

- устойчивая позитивная самооценка;

- моральное осознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора;
- осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам.

***Предметные результаты:***

- знание понятий «эмоции» и «чувства», их классификации;
- умение понимать вербальное и невербальное проявление чувств и эмоций;
- знание норм поведения в общении с другими людьми
- навыков распознавания собственных эмоций и эмоций окружающих;
- навыков использования приемлемых способов выражения эмоций и самоконтроль собственных эмоциональных состояний;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.

***Метапредметные результаты:***

- самоконтроль и самооценка своего поведения;
- адекватное оценивание собственного состояния, поведения и поведения окружающих;
- умение осуществлять эмоциональную саморегуляцию;
- разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов.

### **1.5. Воспитательный компонент**

Воспитательная работа по программе направлена на развитие личности обучающихся, создание условий для их самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства.

**Цель** воспитательной работы: формирование базовых ценностей, норм поведения и нравственных убеждений обучающихся во всех сферах жизнедеятельности.

**Задачи:**

1. Формирование представлений о базовых ценностях: патриотизм, здоровье, семья, труд и творчество, наука, социальная солидарность, гражданственность, природа, человечество, искусство.
2. Формирование у обучающихся потребности и способности к саморазвитию, самовоспитанию, самообразованию, профессиональному самоопределению.
3. Развитие коммуникативной культуры обучающихся, формирование навыков общения и сотрудничества.
4. Развитие воспитательного потенциала семьи. Организация работы с семьями обучающихся, их родителями (законными представителями).

5. Формирование позитивной самооценки, жизненного оптимизма, умения противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья, духовной безопасности личности.

**Планируемые результаты:**

- представление о базовых ценностях и их значении в жизни человека;
- сформированные позитивные поведенческие нормы взаимодействия в социуме;
- проявление общественно-признанных и социально-приемлемых норм в жизнедеятельности.

**Основные принципы воспитания:**

принцип полной безопасности и комфортной психологической обстановки обучающихся во время занятий;

принцип самоактуализации – педагогическая поддержка стремления учащихся к раскрытию своих способностей и возможностей;

принцип свободы выбора – создание ситуации выбора для каждого учащегося в выборе цели, содержания, форм и способов деятельности;

принцип творчества и успеха – создание условий для успешной творческой– деятельности, стимулирования к дальнейшему самосовершенствованию;

принцип доверия и поддержки – отказ от авторитарного воспитания,– доверие к учащемуся, поддержка его социально-ценностных стремлений;

принцип нравственного примера – личный пример педагога, родителей,– наличие нравственного идеала.

**Основными формами** организации воспитательной работы являются: беседы, акции, встречи, экскурсии, конкурсы, тематические дни, фестивали, выставки, флэшмобы, игры, квесты, десанты.

**Календарный план воспитательной работы**

	Направление					
	«Наш дом – Россия» (гражданско-патриотическое воспитание)	«Дорога к человечности» (духовно-нравственное воспитание)	«Счастливо жить-здоровым быть» (спортивно-оздоровительное воспитание)	Экологическое и трудовое воспитание	«Прекрасное рядом» - эстетическое воспитание	Работа с родителями
	Название и форма мероприятия					
сен-тябрь					«Осенний листопад» творческая мастерская	

октябрь			«Каникулы без опасности» - познавательная программа			
ноябрь	«Сила России в единстве» познавательная программа					«Тепло сердец для наших мам» поздравительные открытки
декабрь		Беседа с обучающимися по правилам поведения в общественных местах				
январь			«Безопасность в сети Интернет»- познавательная программа	«Наша природа» интеллектуальная викторина		
февраль	«Мы родину готовы защищать»					
март		«В каждой женщине загадка»	«Колесо безопасности» игра по ПДД			
апрель						
май		«Память. Гордость. День победы»		«Охрана природы» познавательная программа		

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

Занятия по программе «Мои чувства и эмоции» проводятся в соответствии с учебным планом МАУДО ЦДТ, годовым календарным учебным графиком ЦДТ и расписанием, утвержденным директором МАУДО ЦДТ г. Оренбурга.

Количество учебных недель – 36.

Количество учебных дней определяется по производственному календарю.

В соответствии с годовым календарным учебным графиком ЦДТ в определяемый им период проходит комплектование групп 1-го года обучения, проведение родительских собраний.

Календарный учебный график программы определяет изменения на каждый учебный год с учетом праздничных и выходных дней текущего учебного года, в нем закреплена база проведения занятий и форма проведения занятий.

Структура календарного учебного графика определена в положении о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАУДО ЦДТ г. Оренбурга.

#### Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	К-во часов	Тема занятия	Цель, задачи	Планируемые результаты	Форма учебного контента, ссылка	Форма контроля/ аттестация

Содержание календарного учебного графика представлено в рабочей программе.

### 2.2 Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы следующие условия:

#### Материально - технические:

1. Кабинет, оснащенный, в соответствии с нормами Санитарных правил, всем необходимым оборудованием.

В помещении для занятий должно быть естественное и электрическое освещение, водопровод, столы располагаются с таким расчетом, чтобы обучающиеся при работе не мешали друг другу.

2. Инструменты и приспособления:

– тетради, ручки, ножницы, линейка, простой карандаш, цветные карандаши, гуашь, кисти;

– для реализации электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий имеются

компьютер с выходом в Интернет, соответствующее программное обеспечение.

#### **Информационное обеспечение:**

интернет-ресурсы:

<https://www.youtube.com>

[https://yandex.ru/efir?stream\\_id=4429fe284956317191b6c4570a3c19f3&f=1](https://yandex.ru/efir?stream_id=4429fe284956317191b6c4570a3c19f3&f=1)

<https://cameralabs.org/5945-30-izobrazhenij-s-neveroyatnymi-vizualnymi-illyuziyami>

<http://vkapuste.ru/?p=7785>

<https://multiurok.ru/>

<https://infourok.ru>

<http://profesiniciative.ru/index.php/shm1/437-jukova1604>

<http://www.vashpsixolog.ru/>

<https://nsportal.ru>

<http://ped-kopilka.ru>

#### **Кадровые условия**

Программа реализуется силами одного педагога. Педагог имеет педагогическое образование, соответствующее требованиям профессионального стандарта педагога дополнительного образования.

Для реализации данной программы педагог должен владеть навыками организации групповой и парной работы детей, компетенциями в области преподавания психологии, информационно-коммуникативными, технологиями. Для оценки результативности программы педагог должен владеть умениями реализовывать психолого-педагогическую диагностику и анализировать полученные результаты.

### **2.3. Формы контроля**

Основными *формами отслеживания образовательных результатов* выступают наблюдение на занятиях, анализ продуктов деятельности учащихся, проведение диагностических тестов.

Основными *формами фиксации образовательных результатов* являются журнал посещаемости занятий, грамоты за участие в конкурсном движении.

*Формой демонстрации образовательных результатов* являются: аналитический материал по итогам проведения психолого-педагогической диагностики, отзывы учащихся и родителей.

### **2.4. Оценочные материалы**

*К основным способам определения результативности программы* относятся методы психолого-педагогической диагностики: наблюдение, предметные пробы, диагностические методики. Результаты оцениваются по 3 уровням: высокий, средний, низкий.

Педагогическая диагностика проводится 3 раза (начальный, промежуточный, итоговый контроль) в течение года (приложение 1).

**Диагностический инструментарий для отслеживания эффективности программы «Мои чувства и эмоции»**

<b>Планируемые результаты</b>	<b>Диагностический инструментарий</b>	<b>Цель</b>	<b>Сроки проведения</b>
<b>Личностные результаты</b>			
Мотивация к посещению творческого объединения.	Беседа о значении посещения занятий	Определение мотивации к посещению занятий	2 раза в год
Учебно-познавательный интерес	Диагностическая карта наблюдения за развитием действий контроля и оценки (авт. Г.В. Репкина, Е.В. Заика).	Определение уровня сформированности учебно-познавательного интереса у учащихся	2 раза в год
<b>Метапредметные результаты</b>			
Взаимодействие со сверстниками.	Наблюдение за выполнением группового задания	Выявление межличностных отношений в группе; умений планировать, договариваться и добиваться совместного результата.	3 раз в год
Действия контроля и оценки	Диагностическая карта наблюдения за развитием действий контроля и оценки (авт. Г.В. Репкина, Е.В. Заика).	Определение уровня сформированности действий контроля и самооценки	3 раза в год
<b>Предметные результаты</b>			
Навыки распознавания собственных эмоций и эмоций окружающих	Предметная проба	Определение уровня развития навыков распознавания собственных эмоций и эмоций окружающих	3 раза в год
Готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания	Тестирование	Определение уровня Готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания	3 раза в год

## 2.5. Методические материалы

Для реализации программы используются следующие методы обучения и педагогические технологии: проблемные занятия ; методы активного обучения - элементы тренинга, функциональные и ролевые игры, решение кейсов, групповые дискуссии.

Развивающие и обучающие технологии, игры, упражнения, направленные на рефлекссию, межличностное, групповое взаимодействие; решение кейсов (для подростков), групповые обсуждения, мини эксперименты. Настольные игры: ассоциативные мак карточки (карточки с ситуативными картинками), сюжетно-ролевые игры.

Для развития коммуникативных навыков используются игры "Тайный друг", "Да и нет", «Спасибо, что ты рядом!»; упражнения "Давай жить дружно", "Подари камушек", "Мостик дружбы",

Для развития эмоционально-волевых качеств используются игры: "Поводырь", Толкалки без слов", "Петухи"; упражнение-тренинг "Я смогу", упражнения "Нарисуем жизнь", "Я бросаю тебе мяч".

Для развития уверенности в себе используются игра "Поводырь"; упражнение-тренинг "Я смогу"; упражнения "Нарисуем жизнь", "Я бросаю тебе мяч", "Ярмарка достоинств"; работа с карточками- фразами «Я могу-я не могу».

Для развития коммуникативных навыков используются игры: «Малекула», «Массаж по кругу», «Перетягивание каната», «Спасибо, что ты рядом!»

Применение арт-терапевтических методов при работе со школьниками помогает создать благоприятные условия для гармоничного развития ребенка: упражнение «Рисуем чувство обида», игра с карточками «Азбука эмоций», мак карты «Внутренний ребенок», инсценирование сказок кукольного и теневого театра.

На формирование ценностей здорового образа жизни направлены **здоровьесберегающие технологии**, которые позволяют учитывать индивидуальные особенности физического и психического состояния обучающихся, выбирать наиболее эффективные с точки зрения здоровья сбережения формы и методы обучения, формировать мотивацию здорового образа жизни (Физкультминутки, подвижные игры на каждом занятии).

При проведении занятий используются следующие методы и приемы :

- объяснительно-иллюстративные методы ;
- словесные методы;
- наглядные методы;
- практические методы.

Содержание каждого занятия предполагает тематические упражнения или игры, направленные на распознавание, рефлекссию и вербализацию эмоциональных состояний. Это способствует формированию навыков наблюда-

тельности в общении, рефлексии и эффективным речевым моделям выражения эмоций.

Для достижения ожидаемого результата целесообразнее придерживаться определенной структуры занятий:

**1. «Мозговая гимнастика».**

2-3 минуты выполняются упражнения для улучшения мозговой деятельности и профилактики нарушения зрения.

**2. «Разминка для ума».**

Для включения детей в активную мыслительную деятельность и создания положительного эмоционального фона им предлагаются вопросы и задания, рассчитанные на сообразительность, быстроту реакции, переключения внимания из одной области знаний в другую.

**3. Изучение нового материала.**

Этот этап обязательно включает знакомство с теоретическими знаниями по новой теме и отработку навыка через выполнение практических заданий.

**4. Рефлексия.**

Программа обеспечена необходимыми методическими материалами (схемы, наглядные пособия, памятки, демонстрационные пособия, методическая литература.)

## Список литературы

### Нормативно - правовые документы

#### *Федеральные законы РФ*

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (с изм. и доп.) – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)

2. Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" от 24.07.1998 N 124-ФЗ. Принят Государственной Думой 26 сентября 2019 года, одобрен Советом Федерации 9 октября 2019 года Принят Государственной Думой 3 июля 1998 года, одобрен Советом Федерации 9 июля 1998 года(с изм. и доп. от 29.12.2022 N 635-ФЗ). – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_19558/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/)[https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_19558/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/)

#### *Указы Президента*

3. О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 - [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://serdtsedetyam.ru/wp-content/uploads/ukaz-prezidenta-ot-07.05.2024-%E2%84%96-309.pdf>

4. Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства. Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 г. № 240 . – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rg.ru/2017/05/29/prezident-ukaz240-site-dok.html>

5. Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ от 19.11.2022г. №809. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405579061/>

6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей». Утв. президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11) – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://минобрнауки.рф/проекты/доступное-дополнительное-образование-для-детей>

7. Проект — «Успех каждого ребенка». Национальный проект «Образование». О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://kremlin.ru/acts/bank/43027>

8. Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» в рамках нацпроекта «Образование». – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.ros patriotcentr.ru/ros patriot/patriotic/>

### ***Нормативные акты Правительства РФ***

9. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (в редакции от 15 мая 2023 г.) – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://serdtsedetyam.ru/wp-content/uploads/2.-konczepczija-dod-2030-v-redakczii-ot-15-maya-2023-g..pdf>

10. Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018-2025 годы». Постановление Правительства РФ от 26.12.2017г. №1642. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ach.gov.ru/upload/iblock/819/8192dbfe728c24914086a5a55ebbdfe3.pdf>

11. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015г. №996-р. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://programs.gov.ru/Portal/> //Нормативные документы ОУ. – 2015. – №8. – С. 7-20.

### ***Нормативные акты Минобрнауки РФ, Минкультуры РФ, Минпросвещения РФ***

12. Методические рекомендации Министерства образования и науки Российской Федерации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ). – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc&bas=EXP&n=646984>.

13. О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий"). Письмо Минпросвещения РФ от 31 января 2022 г. N ДГ-245/06. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://legalacts.ru/doc/pismo-minprosveshchenija-rossii-ot-31012022-n-dg-24506-o-napravlenii/>

14. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629. Вступает в силу 1 марта 2023 г. и действует по 28 февраля 2029 года. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/>

15. Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 №467. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://metodlaboratoria.vcht.center/npb>

### ***ГОСТ***

16. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20» (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573). – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https:// www.garant.ru](https://www.garant.ru).

17. О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.03.2021 № 10 (Зарегистрирован 29.03.2021 № 62900) .– [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202103290006>

#### ***Региональные нормативные акты***

18. Закон об образовании в Оренбургской области (с изменениями на 30.09.2020 года) от 06 сентября 2013 года N 1698/506-V-ОЗ. Принят постановлением Законодательного Собрания Оренбургской области от 21 августа 2013 г. N 1698). – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/460182444>

#### ***Локальные нормативные акты***

19. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» г. Оренбурга от 01.03.2023г.– [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.orencdt.ru/>

20. Положение об электронном обучении и использовании дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» г. Оренбурга от 02.09.2020г.– [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.orencdt.ru/>

21. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» г. Оренбурга. (Утв. Распоряжением управления образования администрации города Оренбурга от 05. 11.2019 г. № 885. Приказ от 21.11.2019г.). – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.orencdt.ru/>

### Список литературы для педагогов

1. Бреслав, Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. [Текст] / Г. М. Бреслав — 3-е издание. — Москва: "Генезис", 2010 — 217 с.
2. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. Психолог в школе : практическое пособие / И. В. Дубровина [и др.]; под редакцией И. В. Дубровиной. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 206 с.
3. Захаров, Александр Иванович. Как преодолеть страхи у детей / А. И. Захаров. — Москва : Педагогика, 1986. — 109
4. Изард К.Э. Психология эмоций / Перев.с англ. — СПб: Издательство «Питер», 1999.- 160 с.
5. Казанский О.А Игры в.самих себя / Казанский О.А.— М: Роспедагенство, 2011 — 117 с.
6. Калик, В. А. Грамматика общения: Практическое пособие/ В. А. Калик. — М: Роспедагенство, 2001 — 165 с.
7. Крюкова, С. В., Слободяник, Н. П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей: Практическое пособие/ С. В. Крюкова, Н. П. Слободяник — 4-е издание. — М.: Айрис-пресс, 2007 — 200 с.
8. Слободяник, Н. П. Формирование эмоционально-волевой регуляции у учащихся начальной школы:Практическое пособие / Н. П. Слободяник —2-е издание . — Москва : Айрис-пресс, 2004 — 175 с.

### Список литературы для обучающихся и родителей

1. ДаниелГоулман.Эмоциональный интеллект/ДаниелГоулман.-М.: Манн, Иванов и Фербер, 2023 – 544с
2. Исле Санд. Компас эмоций/ Исле Санд.- М.: Альпина Паблишер, 2018 – 156с
3. Пол Экман Психология эмоций / Пол Экман — 3-е издание. — М: АСТ, 2017 — 260 с.

### Internet-ресурсы

- <https://www.youtube.com>
- [https://yandex.ru/efir?stream\\_id=4429fe284956317191b6c4570a3c19f3&f=1](https://yandex.ru/efir?stream_id=4429fe284956317191b6c4570a3c19f3&f=1)
- <https://cameralabs.org/5945-30-izobrazhenij-s-neveroyatnymi-vizualnymi-illyuziyami>
- <http://vkapuste.ru/?p=7785>
- <https://multiurok.ru/>
- <https://infourok.ru>
- <http://profesiniciative.ru/index.php/shm1/437-jukova1604>
- <http://www.vashpsixolog.ru/>
- <https://nsportal.ru>
- <http://ped-kopilka.ru>

## **Беседа о значении посещения занятий (авт. Кравцова К.А., Тишкова А.А.).**

**Цель:** выявление смыслообразующих мотивов учащихся.

**Процедура проведения:** Беседа проводится индивидуально. Учащемуся задаются 3 вопроса, однако их формулировка и порядок могут меняться в зависимости от индивидуальных особенностей опрашиваемого. Ответы фиксируются в бланке.

Беседа с обучающимися проводится 2 раза в год. Данная анкета позволяет подвести итог, выявить смыслообразующие мотивы обучающихся, возможность применения полученных знаний в других видах деятельности.

**Инструкция:** Педагог говорить учащемуся: «Сейчас я буду задавать тебе вопросы, а ты постарайся на них ответить».

**Оценка результатов:** Ответы учащихся фиксируются в бланке, который позволит составить общее представление о смыслообразующих мотивах обучающихся в творческом объединении, их намерений.

**Обработка результатов носит качественный характер.**

**Уровни сформированности мотивов смыслообразования.**

**1 уровень (высокий).** Мотивы посещения творческого объединения четко обозначаются, выделяется значимость полученных знаний и умений для личностного, интеллектуального, социального развития (по выбору). Учащиеся старшего школьного возраста могут описать связь с будущей профессиональной деятельностью или иной практической деятельностью.

**2. уровень (средний).** Мотивы посещения носят в основном внешний характер, формулировка значимости получаемых знаний и умений конкретизируются с помощью наводящих вопросов педагога.

**3 уровень (низкий).** Связь посещения творческого объединения с задачами личностного, интеллектуального, социального развития не обозначается учащимися. Ответы носят формальный характер (например, «просто нравится этим заниматься»).

**Вопросы беседы.**

1. Чем тебя привлекает экспериментальная деятельность?
2. Ты часто применяешь знания, полученные на занятиях по программе «Познавательная лаборатория»?
3. Что тебе больше всего привлекает на занятиях: самостоятельная экспериментальная деятельность, демонстрационный эксперимент, групповая работа?
4. Хотел бы ты связать свою жизнь с экспериментальной деятельностью?

**Бланк фиксации ответов обучающихся творческого объединения.**

№	Список обучающихся	Ответы на вопросы			
		1	2	3	4
1					
2					
3					

**Диагностическая карта наблюдения за развитием  
учебно-познавательного интереса и регулятивных универсальных  
учебных действий (Г.В. Репкина, Е.В. Заика).**

**Цель:** определение уровня сформированности учебно-познавательного интереса и регулятивных универсальных учебных действий.

**Испытуемые:** 7-14 лет.

**Процедура проведения:**

Педагог фиксирует результаты наблюдения в бланках (бланки 2-6) по видам УУД в течение учебного года. Системное наблюдение в течение учебного года (педагог может фиксировать результаты не ежемесячно, а, например, 1 раз в 2 месяца) позволит обобщить эти данные в общем бланке (бланк 1). Первичные результаты заносятся в общий бланк по прошествии 1-2 месяцев от начала занятий. В бланке выставляется уровень сформированности каждого параметра наблюдения, определяемый по представленным в таблице 1 диагностическим признакам. Вторичная фиксация результатов в общем бланке проходит в конце учебного года.

Анализ динамики развития учебно-познавательного интереса и регулятивных УУД позволяет сделать вывод об эффективности процесса обучения. При анализе результатов наблюдения следует обращать внимание не только на индивидуальные результаты учащихся, но и на групповую динамику.

Результаты могут быть представлены в виде диаграмм.

**Инструкция для педагога:** Перед Вами таблица с качественными характеристиками учебно-познавательного интереса и регулятивных универсальных учебных действий, разбитыми на 6 уровней. Вам необходимо, основываясь на результатах систематического наблюдения за поведением каждого обучающегося Вашего творческого объединения и знаниях о том, что и как он делает в условиях выполнения самостоятельной работы на занятии по Вашему предмету, отметить те признаки, которые непосредственно характерны для каждого учащегося.

Для этого предлагается использовать выделенные в таблице 1 основные и дополнительные диагностические признаки.

**Оценка сформированности учебно-познавательного интереса, целеполагания, учебных действий, действий контроля и оценки:**

— уровень 1 — у обучающегося не сформированы учебно-познавательный интерес, действия контроля и оценки;

— уровни 2 и 3 — низкий уровень сформированности учебно-познавательного интереса, действий контроля и оценки;

— уровень 4 — удовлетворительный уровень сформированности учебно-познавательного интереса, действий контроля и оценки;

— уровень 5 — высокий уровень сформированности учебно-познавательного интереса, целеполагания, действий контроля и оценки;

— уровень 6 — очень высокий уровень сформированности учебно-познавательного интереса, действий контроля и оценки.

Таблица 1

<b>Уровни</b>	<b>Основной диагностический признак</b>	<b>Дополнительный диагностический признак</b>
<b>Уровень сформированности учебно-познавательного интереса</b>		
1. Отсутствие интереса.	Интерес к занятиям практически не обнаруживается. Исключение составляет реакция на яркий, необычный материал.	Безразличное или негативное отношение к выполнению любых учебных задач. Более охотно выполняет привычные действия, чем осваивает новые.
2. Реакция на новизну.	Интерес возникает лишь к новому материалу, касающемуся конкретных фактов, но не к теории.	Оживляется, задает вопросы о новом фактическом материале, включается в выполнение задания, связанного с ним, но длительной устойчивой активности не проявляет.
3. Любопытство.	Интерес возникает к новому материалу, но не к способам выполнения.	Проявляет интерес и задает вопросы достаточно часто, включается в выполнение задания, но интерес быстро иссякает.
4. Ситуативный учебный интерес.	Интерес возникает к способам решения новой частной единичной задачи (но не к системам задач).	Включается в процесс решения задачи, пытается самостоятельно найти способ решения и довести задание до конца, после решения задачи интерес исчерпывается.
5. Устойчивый учебно-познавательный интерес.	Интерес возникает к общему способу решения задач, но не выходит за пределы изучаемого материала.	Охотно включается в процесс выполнения заданий, работает длительно и устойчиво, принимает предложения найти новые применения найденному способу.
6. Обобщенный учебно-познавательный	Интерес возникает независимо от внешних требований и выходит за	Интерес - постоянная характеристика, проявляется выраженное творческое отношение к общему способу решения

интерес.	рамки изучаемого материала. Ориентируется на общие способы решения системы задач.	задач, стремится получить дополнительную информацию. Имеется мотивированная избирательность интересов.
<b>Уровень сформированности действий контроля</b>		
1. Отсутствие контроля.	Учащийся не контролирует учебные действия, не замечает допущенных ошибок.	Учащийся не может обнаружить и исправить ошибку даже по просьбе педагога, некритично относится к исправленным ошибкам в своих работах и не замечает ошибок других учащихся.
2. Контроль на уровне произвольного внимания.	Контроль носит случайный произвольный характер, заметив ошибку, учащийся не может обосновать своих действий.	Действуя неосознанно, предугадывает правильное направление действия, сделанные ошибки исправляет неуверенно, в малознакомых действиях ошибки допускает чаще, чем в знакомых.
3. Потенциальный контроль на уровне произвольного внимания.	Учащийся осознает правило контроля, но затрудняется одновременно выполнять учебные действия и контролировать их; исправляет и объясняет ошибки.	В процессе решения задачи контроль затруднен, после решения учащийся может найти и исправить ошибки, в многократно повторенных действиях ошибок не допускает.
4. Актуальный контроль на уровне произвольного внимания.	При выполнении действия ориентируется на правило контроля и успешно использует его в процессе решения задач, почти не допуская ошибок.	Ошибки исправляет самостоятельно, контролирует процесс решения задачи другими учащимися, при решении новой задачи не может скорректировать правило контроля с новыми условиями.
5. Потенциальный рефлексивный контроль.	Решая новую задачу, применяет старый неадекватный способ, с помощью педагога обнаруживает это и пытается внести коррективы.	Задачи, соответствующие усвоенному способу, выполняет безошибочно. Без помощи педагога не может обнаружить несоответствие усвоенного способа действия новым условиям.
6. Актуальный рефлексивный контроль.	Самостоятельно обнаруживает ошибки, вызванные несоответствием усвоенного способа действия и условий задачи, и вносит коррективы.	Контролирует соответствие выполняемых действий способу, при изменении условий вносит коррективы в способ действия до начала решения.

### Уровни сформированности действий оценки

1. Отсутствие Оценки.	Учащийся не умеет, не пытается и не испытывает потребности оценивать свои действия – ни самостоятельно, ни по просьбе педагога.	Всецело полагается на оценку педагога, воспринимает ее некритически (даже в случае явного занижения), не воспринимает аргументацию оценки; не может оценить свои силы относительно решения задачи.
2. Неадекватная ретроспективная оценка	Учащийся не умеет, не пытается оценить свои действия, но испытывает потребность в получении внешней оценки своих действий, ориентирован на отметки учителя	Пытаясь по просьбе педагога оценить свои действия, ориентируется не на их содержание, а на внешние особенности решения задачи
3. Адекватная ретроспективная оценка.	Умеет самостоятельно оценить свои действия и содержательно обосновать правильность или ошибочность результата, соотнося его со схемой действия.	Критически относится к оценкам педагога; не может оценить своих возможностей перед решением новой задачи и не пытается это сделать; может оценить действия других учащихся.
4. Неадекватная прогностическая оценка.	Приступая к решению новой задачи, пытается оценить свои возможности, однако при этом учитывает лишь факт - знает он ее или нет, а не возможность изменения известных ему способов действия.	Свободно и аргументировано оценивает уже решенные им задачи, пытается оценивать свои возможности в решении новых задач, часто допускает ошибки, учитывает лишь внешние признаки задачи, а не ее структуру, не может этого сделать до решения задачи.
5. Потенциально адекватная прогностическая оценка.	Приступая к решению новой задачи, может с помощью педагога оценить свои возможности для ее решения, учитывая изменения известных ему способов действия.	Может с помощью педагога обосновать свою возможность или невозможность решить стоящую перед ним задачу, опираясь на анализ известных ему способов действия; делает это неуверенно, с трудом.
6. Актуально-адекватная прогностическая оценка.	Приступая к решению новой задачи, может самостоятельно оценить свои возможности в ее решении, учитывая изменения известных способов действия.	Самостоятельно обосновывает еще до решения задачи свои силы, исходя из четкого осознания усвоенных способов и их вариаций, а также границ их применения.

